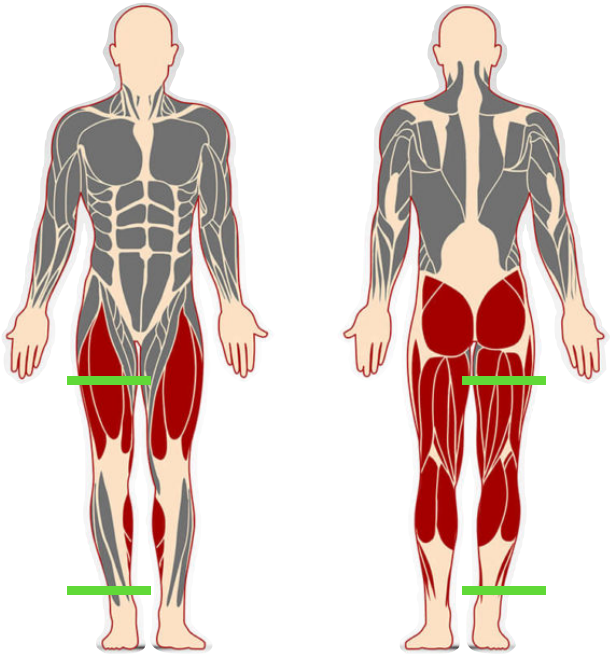
Dott. Ferdinando Maria Pulcinelli
Medico Chirurgo
Specialista in Ortopedia e Traumatologia
www.fpulcinelliortopedico.it
ferdinando.pulcinelli@gmail.com

PROTOCOLLO MENISCECTOMIA

PRE-OPERATORIO

- Digiuno dalla mezzanotte del giorno precedente all'intervento da solidi e liquidi;
- Depilazione dell'arto inferiore da operare dalla caviglia a metà coscia;



- Portare al ricovero 2 bastoni canadesi;
- Portare al ricovero esami strumentali effettuati (Risonanza Magnetica ed eventuali Radiografie o TC).

POST-OPERATORIO

1-2 settimana
- Esercizi isometrici di rinforzo della muscolatura quadricipitale;
- Esercizi di estensione e flessione (flessione non oltre i 90 gradi);
- Medicazione a 7 giorni circa e rimozione dei punti di sutura a 15 giorni circa.

3-6 settimana
- Fisioterapia con esercizi di kinesi attiva e passiva ed esercizi di rinforzo della muscolatura quadricipitale;
- Esercizi isometrici di rinforzo della muscolatura quadricipitale;
- Esercizi di estensione e flessione (flessione non oltre i 90 gradi)
- Abbandono progressivo dei bastoni canadesi.

6-8 settimana
- Inizia attività in palestra con Cyclette con sellino alto, leg-press, Squat 0-90 gradi senza pesi, leg-extension, tapis roulant.
- Riatletizzazione con ritorno alla corsa sul campo di gioco senza contatto.

3 mese
- Preparazione atletica con contatto e ritorno allo sport completo a preparazione completata.